

ぴあサポ通信

R6.5.15

第26号

あすなる相談支援事業所 三田市三輪1丁目8番11号 ☎ 079-556-5075 npo.asunaro@honey.ocn.ne.jp <http://npo-asunaro.org/>

しあわせの村

神戸市北区のしあわせの村に行って来ました。スポーツ施設やキャンプ場、温泉、宿泊施設が広い敷地にあります。

しはらく休館していたジャングル温泉が再開されたので、初めて入浴することができました。観葉植物に囲まれて10種類のお風呂、ジャグジー強め。泉質は、単純弱ラドンせん。いいお湯でした。

お料理は、2階のレストランで春の御膳をいただきました。窓からは、芝生広場と空が広がっていました。手帳提示で、入浴代は、半額。宿泊代など、お得に利用できるので、今度はプールも行ってみたいです。(S)

〒651-1106

神戸市北区しあわせ村1番1号

電話 078-743-8000

FAX 078-743-8180



『不安をのりこえて』!!

毎回ご案内していますが、ピアサポーターが中心になって作った改訂版『不安をのりこえて』ができています。入手ご希望の方はあすなるまでご連絡ください。(編集部)



宝塚の小林駅前の喫茶店でランチをいただきました。

阪急今津線小林駅の改札をでたすぐ隣のビルのカフェ キッチン リボン

(Cafe Kitchen Re BorN)

という喫茶店で日替わりランチをいただきました。

ママさんひとりで経営されているようで、手作りのおかずがとても美味しかったです。この日のメインは肉じゃがでした。

とってもおいしかったです。

また行ってみたいです。(s)



さくらんぼの実のなる実桜

毎年、早くに、うすいピンク色の花を咲かせる桜の木。私が兵庫県に引っ越してきてから、いつも気になっていました。ある年、見とれていると、通りかかりの人から、「この木は、桜が散った後しばらくして、さくらんぼがなるんだよ」と教えてもらいました。

あれから、約19年。振り返ると、長かったような、あっという間だった気がします。

残念ながら今年は上の方にしか実がなくて味わうことはできませんでしたが、少しほっこりとした気持ちにさせてもらいました。2024.5.2撮影(K)

雲外蒼天(うんがいそうてん)

4泊5日。休息入院してみようと決めました。必死で毎日がんばってきたけれど、やっぱりしんどい。病院、という場に自分を置いて、「じぶんなりに」時間を過ごしてみたいと思います。場所を変えることで、思考が変わるわけではないかもしれないけれど、慣れない場所に身を置いて、ぼーっとしてみようかと。入院中いちばんいつもと違う点は、3食提供されること。他人に食べ物を用意されることはいつもの私にはないこと。苦手な分野だけれど、どうなるかなあ〜。【なるようになる】、そう思って行きます。誰かに何を言われたから、だからやったんだとしても、最終的に決めてやったのは自分。自分が選択してきた結果が人生。人生経験のひとつになればいいと思っている。(N)